



Pre možné zmeny v podujatiach sledujte aktuálne informácie na visit.trencin.sk alebo volajte na 032/16 186.

■ DIVADLO

22. 4. | 19.00 | Miroslav Donutil – One Man Show



POSÁDKOVÝ KLUB | Miroslav Donutil... Treba viac slov? Veď kto by tohto vynikajúceho herca a skvelého rozprávača nepoznal? Oblíbený český herec sa predstaví vo svojom programe a svojimi príhodami a ich geniálnym podaním Vás dokáže rozosmiať, fantasticky zabaviť, ohúriť, ba dokonca aj rozplakať!

2. 5. | 19.00 | Zahráte mi manžela?



POSÁDKOVÝ KLUB | Autor hry „Zahráte mi manžela?“ je v Anglicku veľmi populárny a často hraný autor. Je autorom komédií, ktorých jediným cieľom je, aby zabavili a rozosmiali diváka. V tejto komédii rozvíja situáciu klasického ľúbostného trojuholníka. Pár, pristihnutý pri obojstrannej manželskej nevere, čelí pomste ohrdnutej manželky. Akým spôsobom tejto pomste dokáže vzdorovať hlavná ženská hrdinka hry a akú úlohu v tom zohrá maliar, náhodne prítomný v byte z titulu svojho remesla, o tom s neobyčajným vtípom rozpráva táto hra. Hrajú: Zdena Studenková, Zuzana Fialová, Roman Poláčik / Juraj Loj.

4. 5. | 18.00 | FRIDA – Maľovať a milovať

POSÁDKOVÝ KLUB | FRIDA Maľovať a milovať je muzikál s pôvodnou tvorbou hudobného skladateľa Rudolfa Geriho a spisovateľa, autora libreta a textov piesní Daniela Hevíera, v réžii Karola Vosátka. Životný príbeh legendárnej mexickej maliarky Fridy Kahlo je plný vášne, lásky, humoru, podmanivej hudby, hýrivých kostýmov a tancu. Život a dielo excentrickej maliarky Fridy Kahlo a jej životného partnera Diega

Riveru sú pre univerzálnosť posolstva práťažlivé aj pre našu dobu. Autori tohto diela sa sústredili na hĺbku myšlienok a vnútorné poslanstvo, ktoré bolo základným obsahom aj oscarového filmu Frida Kahlo s očarujúcou Salmou Hayek. V nádherných farebných kostýmoch, sólisti a tanečníci na fantastickú hudbu so živým orchestrom Vám predvedú oslavu neskrutného života jednej z najvýznamnejších maliarok 20. storočia.

■ KONCERTY

8. 4. | 20.00 | Dáša fon Ffaša + CTIB (CZ)

KLUB LÚČ | Osobitý folkpunkový zjav s textami ostrými aj poetickými. Iba hlas a gitara a za vagón energie. Na konte má tri platne a jeden špeciálny singel na svojom DIY vydavateľstve Burina Records.

8. 4. | 20.00 | Horkýže Slíže PIANO CLUB | Koncert.

9. 4. | 19.00 – 23.00 | Midi Lidi (CZ) + Koně a prase (CZ)

KLUB LÚČ | MIDI LIDI (CZ) ! 10-ty krát v Klube Lúči! Elektropopová kapela.

10. 4. | 18.00 | Festival Hudba pod hradom (Trenčianska hudobná jar) – Slovak Brass Quintet



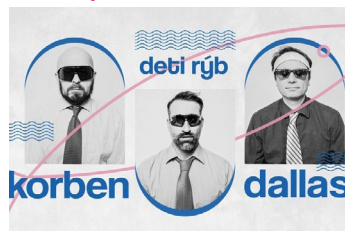
EVANJELICKÝ KOSTOL | Pravidelný festival klasickej hudby sa tohto roku uskutoční pod novým názvom Hudba pod hradom. Päť koncertov v rôznych priestoroch mesta Trenčín sú tradičnou zárukou kvality. Otváracím podujatím bude koncert Slovak Brass Quintet Slovenskej filharmónie (Rastislav Suchan – trúbka, Ľubomír Kamenský – trúbka, Karol Nitran – lesný roh, Albert Hrubovčák – trombón, Nikolaj Kanišák – tuba). Ďalšie informácie na stránkach www.kpvh.sk.

17. 4. | 18.00 | Festival Hudba pod hradom (Trenčianska hudobná jar) – Vokálny koncert duchovnej hudby

PIARISTICKÉ GYMNAZIUM J. BRANECKÉHO | Druhým festivalovým koncertom bude

vokálny koncert duchovnej hudby v podaní Mária Zajíčková-Králiková (soprán), Jana Pastorková (soprán), Oksana Zvineková – klavír. Blížšie informácie na www.kpvh.sk.

20. 4. | 20.00 | Korben Dallas – Deti rýb



PIANO CLUB | Korben Dallas vyrážajú po dva a pol roku tam, kde sa cítia najlepšie – do klubov. V piatich mestách predstavia skladby z nového štúdiového albumu „Deti rýb“, aj najznámejšie skladby z doterajšej tvorby. Zažite nový program, novú energiu a nový zvuk kapely v intimnom prostredí klubov. Vstupenky zakúpte na presunutú turné „Aneta Langerová & Korben Dallas – Turné2020“ resp. „Korben Dallas – Konečne na sedenie“ zostávajú v platnosti na nové termíny.

22. 4. | 19.00 | Lola Marsh

PIANO CLUB | Kapela predvedie skvelé piesne z albumu Someday Tomorrow Maybe.

23. 4. | 20.00 | HEX Back To The Clubs Tour

PIANO CLUB | Skupina HEX mieri do klubov! Chalani z kultovej kapely sa rozhodli vrátiť ku koreňom a byť k fanúšikom bližšie. V apríli sa vyberú na klubové turné naprieč celým Slovenskom. Nenechajte si ujsť HEX-Ácke hity, ale aj chuťovky a obľúbené piesne od iných interpretov v podaní Fefeho, Yxa, Šarkana a Tybykeho na Back to the clubs tour. HEX ide na turné s predkapelami, ktoré vybrali fanúšikovia v hlasovaní portálu hudba.sk.

24. 4. | 18.00 | Festival Hudba pod hradom (Trenčianska hudobná jar) – Koncert klavírneho tria

HOTEL ELIZABETH | Tretím podujatím festivalu je koncert klavírneho tria v zložení Hana Muchová – klavír, Juraj Tomka – husle, Pavol Mucha – violončelo. Blížšie informácie na www.kpvh.sk.

28. 4. | 20.00 | Zóna A PIANO CLUB | Koncert.

29. 4. | 20.00 – 22.00 | Smola a Hrušky: Akustické Hrušky 25 rokov tour

KLUB LÚČ | Kapela Smola a Hrušky oslavuje 25. výročie svojho vzniku a vyráža na akustické turné s názvom Akustické Hrušky 25 rokov tour. Skladby z nového albumu a legendárne hity predstaví v špeciálnom výročnom programe a aranžmánoch počas

Kam v Trenčine apríl 2022

■ NEDAJTE SI UJSŤ

2. 4. | 16.00 | Prechádzky mestom so sprievodcom: Veľkonočné zvyky



KIC | Veľká noc je pre kresťanov najväčším sviatkom ako pripomenka zmŕtvychvstania Krista. Pre ostatných predstavuje sviatok jari spojený s oblievačkou, šunkou, kraslicami a zaujímavými zvykmi.

Prečo sa dievčatá na Veľký piatok kúpali v potoku? Aké jedlá sa pripravovali na Kvetnú nedeľu? Čo mali urobiť ženy počas Veľkého týždňa?

Aj to sa okrem iného dozviete na marcovej Prechádzke mestom, ktorú pre vás pravidelne pripravuje Kultúrno-informačné centrum Trenčín.

23. 4. | 8.00 | Predaj eurobankovky s Mestskou vežou



KIC | Mestská veža v Trenčine v minulosti slúžila ako hlavný vstup do mesta z južnej strany. Vežu, ktorá je pravdepodobne staršia ako samotné mestské hradby, nazývali aj Dolná brána či Turecká veža. Až do výstavby jezuitského (dnes piaristického) kostola bola najvyššou stavbou na námestí. Meria 32 metrov a má šesť podlaží.

Novú eurobankovku s motívom Mestskej veže si môžete kúpiť v Kultúrno-informačnom centre Trenčín na Mierovom námestí v sobotu 23. apríla. Predaj bankoviek bude limitovaný: – do čísla 100 – limit max. 1 ks/osoba – od čísla 101 po 1000 – limit max. 10 ks/osoba

Cena: 3 €/ks
Bankovky nie je možné vopred rezervovať. Mesto Trenčín si vyhradzuje právo nezaraďiť do predaja všetky kusy eurobankoviek.

■ ZÁPASY

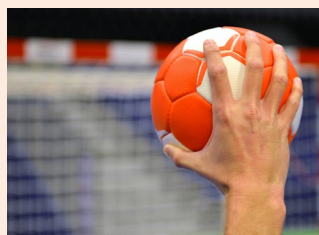
2. 4. | 9.00 – 17.30 | KARATE – SLOVENSKÝ POHÁR DETI A ŽIAKOV – 1. KOLO
ŠPORTOVÁ HALA | Karate.

2. 4. | 18.30 | 1. FBC FLORBAL Trenčín – AS Trenčín
ŠPORTOVÁ HALA | Florbal, juniori.

3. 4. | 9.00 | ŠA Trenčín – Martin
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, mladšie žiačky.

3. 4. | 10.05 | HK AS Trenčín „B“ – ŠA Trenčín
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, mladšie žiačky.

3. 4. | 10.55 | HK AS Trenčín „A“ – Martin



ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, mladšie žiačky.

3. 4. | 11.45 | HK AS Trenčín „B“ – Martin
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, mladšie žiačky.

3. 4. | 12.35 | HK AS Trenčín „A“ – ŠA Trenčín
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, mladšie žiačky.

3. 4. | 17.00 | ŠA Trenčín – Topofníky
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, ženy 2. liga.

9. 4. | 9.00 | HK AS Trenčín – Bytča
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, starší dorast.

9. 4. | 11.00 | HK AS Trenčín – Bytča
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, mladší dorast.

9. 4. | 13.00 | ŠA Trenčín „A“ – Žilina „A“
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, mini prípravka.

9. 4. | 13.00 | ŠA Trenčín „B“ – Žilina „B“
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, mini prípravka.

9. 4. | 13.20 | Žilina „A“ – MHÁK Martin
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, mini prípravka.

9. 4. | 13.20 | Žilina „B“ – THA Martin
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, mini prípravka.

9. 4. | 13.40 | ŠA Trenčín „A“ – MHÁK Martin
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, mini prípravka.

9. 4. | 13.40 | ŠA Trenčín „B“ – THA Martin
ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, mini prípravka.

jarného akustického turné, ktoré odštartuje veľkým koncertom na domácej pôde v koncertnej sále Reduty v Spišskej Novej Vsi. Punková romantika odohrajú 2-hodinový unplugged koncert a ponúknu opäť jedinečný hudobný zážitok pre svojich fanúšikov.

1. 5. | 18.00 | Festival Hudba pod hradom (Trenčianska hudobná jar) – klavírny recitál
HOTEL ELIZABETH | Štvrtým festivalovým koncertom je klavírny recitál mladého ruského klaviristu Yunusa Hermanna. Blíže informácie na stránke www.kpvh.sk.

■ VÝSTAVY

1. – 14. 4. | Klub foto 2022 POSÁDKOVÝ KLUB | Pripravuje: Klub fotograf.

1. – 19. 4. | Sviatky jari POSÁDKOVÝ KLUB | Veľkonočná výstava. Pripravuje Klub Čipka.

1. – 30. 4. | Jozef KORENÝ: 2. svetová vojna na poštových dokumentoch
POSÁDKOVÝ KLUB | Pripravuje: Klub filatelistov.

1. – 30. 4. | Slováci v bojoch po boku víťazných Spojencov v 2. svetovej vojne (1939-1945)
POSÁDKOVÝ KLUB | Pripravuje Klub vojenskej histórie.

1. – 30. 4. | 80. výročie reorganizácie čs. jednotky v Severnej Afrike
POSÁDKOVÝ KLUB | Pripravuje: Klub vojenskej histórie.

11. – 24. 4. | Maľované-cifrované
TRENČIANSKY HRAD | Etnografická výstava.

12. 4. | 17.00 | Máme radi umenie
VKMR | Prezentácia umeleckej činnosti žiakov Súkromnej základnej umeleckej školy Trenčín (Ul. L. Novomeského) na pôde trenčianskej knižnice.

14. – 28. 4. | Vesmír očami detí
POSÁDKOVÝ KLUB | Pripravuje: Trenčianske osvetové stredisko.

do 18. 4. | Veronika Weberová: Prchavý dotyk hmly
TSK | Trenčianske osvetové stredisko v Trenčíne a autorka vás pozývajú na výstavu Veroniky Weberovej: Prchavý dotyk hmly vo výstavných priestoroch Trenčianskeho samosprávneho kraja. Viac informácií na www.tnos.sk.

20. – 30. 4. | Výstava z tvorby Mgr. Aleny Teicherovej
POSÁDKOVÝ KLUB | Pripravuje: Mgr. Alena Teicherová.

do 21. 5. | EXTRAKT | Robo Kočan & Rudo Prekop
GMAB | Projekt predstavuje „EXTRAKT“ z fotografickej tvorby Roba Kočana a Ruda Prekopa, prezentujúci ich dlhodobý intenzívny vzťah k stále menej spoločnosťou vnímanému prostrediu miznúckej krajiny. V reálnych, pre verejnosť zatiaľ málo známych fotografických záberoch objavujú všedný, často nepotrebný a nenápadný mikrosvet človeka v jemu blízkom prostredí aj v prírode. Po desaťročiach, v ktorých sa obaja fotografi primárne a úspešne pohybujú na výslni inšcenovanej fotografie, ide o iný, vzájomný vizuálny „rozhovor“ dvoch úspešných fotografův, v ktorom

hľadajú kontrasty i paralely reálneho, aj keď rozporuplného sveta človeka, zamyšľajú sa nad otázkami zrodu a zániku, svetla a tieňa, hľadajú akýsi archetyp človeka a krajiny v ich neoddeliteľnej, raz ničivej, inokedy vnímavej koexistencii. Ambíciou výstavy je vyjadriť naliehavý apel na zachovanie zvyškov humánosti človeka k svetu a prírode. Do kreatívneho deja chcú aktívne vtiahnúť malé aj veľké diváky svojou prítomnosťou počas trvania výstavy prostredníctvom komentovaných prehliadok, workshopov, prednášok a ďalších podujatí.

■ DETI

streda | 17.00 | Čítanie pre deti v ukrajinskom a slovenskom jazyku

KAVIAREŇ NA CESTE | Čítanie rozprávok a poviedok pre deti v ukrajinskom a slovenskom jazyku.

1. 4. | 14.45 – 16.00 | Odomykanie Váhu s vodníkom Kulíškom

HOSS SPORT CENTER | Víťanie vodníka, detské súťaže z vodného sveta, divadlo, vodnícke vysvedčenie, domáce čerešňové báľeše. Vstupné dobrovoľné.

1. 4. – 1. 7. | Tanečná škola Tancujúce tigriky

OC MAX | Tanečno-animačný program pre deti vo veku 1,5 – 6 rokov s množstvom tanco a zábavy na každej lekcii, pútava hravá forma výuky s lákavými rekvizitami, systematické tanečné napredovanie, rešpektujúci prístup lektoriek, nesúťažná forma, pripravené čisté prostredie s priamym vstupom na WC z tanečnej sály, bezplatné parkovanie v garáži. Deti tancujú raz do týždňa v rovnakej skupine so svojimi rovesníkmi. Rozvrh kurzov alebo jednorazových vstupov nájdete na www.tancujucetigriky.sk.

10. 4. | 15.30 – 17.00 | Tvorivé dielne – jarné a veľkonočné dekorácie



CENTRUM PRE RODINU | S príchodom jari pozývame všetky deti na tvorivé dielne, ktoré sa uskutočnia v nedeľu 10.4.2022 o 15.30 hod. Vytvoríme si spolu jarné a veľkonočné dekorácie. Tešíme sa na vás!

14., 28. 4. | 9.30 – 11.30 | Galerikovo

GMAB | Veselé tvorivé stretnutie pre deti do 5 rokov a ich rodičov. Deti sa hravým a zábavným spôsobom oboznamujú s výtvarným umením. Učia sa pracovať s farbou, tvarom a rôznymi materiálmi. Aktivita je určená pre najmenšie deti, ktoré tvoria spolu so svojimi rodičmi. Pri realizácii sa snažíme pracovať s netradičnými výtvarnými materiálmi a technikami, ktoré sú pre deti nové a zaujímavé. Návštevníci na jednotlivých stretnutiach odhaľujú vždy niečo nové zo sveta výtvarného umenia. Veľký prínos pre deti má aj samotná práca v kolektíve, ktorá v nich rozvíja elementárne sociálne zručnosti. Na podujatie je potrebné sa vopred prihlásiť.

16. 4. | 9.00 – 16.00 | Veľká noc na Trenčianskom hrade



TRENČIANSKY HRAD | Veľká noc je jedným z najkrajších období roka. Oslávme spoločne tohtoročné sviatky jari na Trenčianskom hrade v duchu tradícií. Pripravená je výstava etnografických exponátov Trenčianskeho múzea pod názvom „Maľované-cifrované“, aj vajíčková pátračka pre deti. Hra pre malých pátračov a ich rodičov sa bude konať v areáli hradu. Pre každého úspešného detektíva bude prichystaná sladká odmena. Počas podujatia budú pripravené aj tvorivé dielničky pre šikovné deti. Vstupné v rámci hradných okruhov.

■ SENIORI

streda | 8.00 – 9.30 | Babi, pošli mi to mejlom

VKMR JASELSKÁ | Bezplatná inštruktáž na zvládnutie základov PC a komunikácie prostredníctvom e-mailu pre seniorov. Účasť treba vopred nahlásiť. Kontakt: 032/ 770 83 14.

5., 19. 4. | 9.00 – 11.30 | Ateliér pre seniorov

GMAB | Tento obľúbený program je orientovaný na všetkých skôr narodených priaznivcov výtvarného umenia. Návštevníci ateliéru sa na jednotlivých stretnutiach bližšie venujú rôznym výtvarným technikám, oboznamujú sa so základnými výtvarnými postupmi, farbou, tvarom a materiálom. Mnoho z nich sa snaží o aktívne trávenie voľného času a tak stretnutie v galérii je pre nich vhodným spôsobom jeho naplnenia. Na podujatie je potrebné sa vopred prihlásiť.

12. 4. | 13.30 | Seminár XXXV. ROČNÍKA AKADÉMIE TRETIETIEHO VEKU

TRENČIANSKA UNIVERZITA | Program: Privítanie a predstavenie hostí. Bezpečná jeseň života: Mjr. Mgr. Danka Adamíková, odd. komunikácie a prevencie KRPZ Trenčín. Činnosť Mestskej polície zameraná na seniorov – Jelka Vlnová, koordinátor preventívnych činností Mestskej polície Trenčín. Civilná ochrana – Ing. Miloš Kment, lektor. Záver. Organizátori i Rada ATV si Vás dovoľujú požiadať o nahlásenie účasti/ neúčasti na seminári do 11. 4. 2022 tel. č.: 032/652 46 42, mobil: 0915 117 463, e-mail: anickapin@centrum.sk.

■ PREDNÁŠKY

2. 4. | 14.00 – 19.00 | Pozri sa strachu do očí a objav svoj potenciál

ELEKTRIČNÁ 334/ 11 | Prostredníctvom metódy systemických konstelácií sa pozriete na svoje vzťahy, konanie alebo spôsob rozhodovania z iného uhla. Spoznanie podvedomých dôvodov konať v určitých vzoroch konania dáva možnosť zmeniť postoj k sebe a k svojmu okoliu. V prípade záujmu kontaktujte: Eva: tel: +421 907 737 113, e-mail: eva@evabaluchova.com, Magdaléna: tel: +421 908 455 859, e-mail: majdapekna@majdapekna.sk.

6. 4. | 17.00 | Alena Čermáková: Medzi trávou a vetrom



VKMR | Poeticko - filmovo - hudobný program spojený s besedou s Alenou Čermákovou, režisérkou dokumentárneho filmu o básnikovi, spisovateľovi a bývalom politickom väzňovi Rudolfovi Dobiášovi. Host' Miroslav Dobiáš zarecituje z knihy jeho otca Noci a dni.

10. 4. | 15.00 | Svet sa nám javí podľa toho, ako sa naň pozeráme

KAVIAREŇ NA CESTE | Prednáša ctihodná Tenzin Palmo – budhistická mníška. Prednáška bude tlmočená aj pre Ukrajincov.

13. 4. | 19.00 – 22.00 | Whisky cestovateľské kino: Stredná Ázia



KLUB LÚC | Ľudoprázdné oblasti nedotknutej kirgizskej prírody pod bielymi hrebeňmi Tan-šanu, obývané iba sezónnymi pastiermi popijajúcimi kobyliu mlieko vo svojich odľahlých jurkách. Legendárna Pamir highway, jedna z najkrajších vysokohorských ciest sveta, ktorej 1522 km vedie z Kirgizstanu do Tadžikistanu cez sedlá aj 4655 mnm vysoké, popod sedemtisícovky Pamíru a Hindukúša, Vachánskym koridorom okolo nádhornej afganskej hranice, kadiaľ každoročne putujú tony heroínu. Druhé najväčšie horské jazero sveta Issyk – Kul, či neuveriteľne odľahlé sovietske mesto duchov Inylček pod rovnomenným ľadovcom. Asi najkrajšie mestá hodvábanej cesty Samarkand a Bucharu v Uzbekistane s nádhernou historickou architektúrou. V kontraste k tomu chudobné kirgizské mestá, kde sa čas zastavil v dobách sovietskeho stalinizmu, ale aj pulzujúce pestre autentické ázijské bazáry, či obrovské trhy s dobytkom.

23. 4. | 15.00 | Ján Tluka: Ako som objavoval Valašsko



KAVIAREŇ NA CESTE | Spomienky a príbehy fotografií z archívu autora. Je to už 50

rokov, čo fotografa Jana Tluku, ešte ako študenta, očarila krajina a život obyčajných ľudí na kopcoch neďalekého Valašska – v okolí Valašských Klobúk, Nedašova a Veľkých Karlovíc. Dnes sa nad svojimi fotografiami vracia ku stretnutiam s ľuďmi, ktoré vtedy zachytil objektiv jeho fotoaparátu. Rozprávanie doplnia aj doteraz nepublikované fotografie a autentické zvukové nahrávky so spomienkami pamätníkov.

26. 4. | 16.30 | Z histórie športovísk v Trenčíne na brehoch a síhohiach Váhu

VKMR | Interaktívna beseda s milovníkom regionálnych dejín Vojtechom Brabencom, tentoraz o histórii športovísk v Trenčíne na brehoch a síhohiach Váhu s dôrazom na lodenice, plavárne, či ihriská.

28. 4. | 16.00 – 17.00 | Spôsoby konzervácie zoologických zbierkových predmetov

TRENČIANSKE MÚZEUM | Viete, čo je taxidermia a ako vznikol fenomén zoologických zbierok? Prídte do Kongregačnej sály Cieľom prednášky je priblížiť spôsoby a druhy konzervácie zoologických zbierkových predmetov v minulosti i dnes.

Spracovanie a konzervácia častí tiel alebo celých živočíchov má dlhú históriu siahajúcu až do praveku, kedy sa okrem kostí na nástroje využívali hlavne kože niektorých zvierat. Konzervovali sa sušením a vyrábalo sa z nich oblečenie alebo slúžili na zateplenie obydľia, a tým uľahčovali prežitie v drsných klimatických podmienkach. V starovekom Egypte sa stretávajú s mumifikáciou domácich zvierat z náboženských dôvodov. S rozvojom medicínskych vied sa hojne na konzerváciu tkanív alebo celých orgánov začali používať tekutínové zväčša liehové preparáty. V súčasnosti sa tieto a podobné spôsoby konzervácie stále používajú, samozrejme s využitím moderných konzervatívnych látok a sofistikovanejších pracovných postupov, ktoré si v tejto prednáške predstavíme. Prednášajúci: Mgr. Martin Štefánik. V prípade otázok nás neváhajte kontaktovať na tel. č. 032/743 443 1-3, 34 alebo prostredníctvom e-mailu marketing@muzeumtn.sk.

27. 4. | 18.00 | Cestovateľský festival Cestou nestovou

PIANO CLUB | Mili Konečná – Sóló cestovanie po svete, tipy – triky – dobrodružstvá Gabo Antal – Magický Island.

30. 4. | 17.00 | Antonia Dvoranová: Izrael a Petra



KAVIAREŇ NA CESTE | Cestovateľská prednáška. Prednáška bude tlmočená aj pre Ukrajincov.

■ KURZY

1. – 30. 4. | Francúzština

| Nový kurz pre začiatočníkov na Zámostí individuálne aj v skupinkách (aj intenzívny, aj doobeda podľa dohody). Kontakt: 0910 196 456, galatea.violet@gmail.com.

pondelok | Tvoríme pre šikovničkov

MC SRDIEČKO – NS DRUŽBA | Workshop pre rodičov, kedy rodič vyrobí zaujímavú pomôcku pre svojho šikovnička, detičky sa počas workshopu hrajú v montessori herničke. 5 stretnutí.

pondelok | Zeleninkové šialenstvo

MC SRDIEČKO – NS DRUŽBA | Celoročný kurz pre deti od 2,5 rokov s rodičom. Deti spoznajú 40 druhov zeleniny, ich rôzny tvar, farbu, chuť a vôňu a tiež intenzívne skúmajú, krájajú, tvoria.

utorok | 15.00 | štvrtok | 14.00

| Kurzy slovenčiny / Курсы

словацької мови

KAVIAREŇ NA CESTE | Kurzy slovenčiny v Kaviarni Na Ceste v utorok a štvrtky. V pláne rozšírenie na všetky pracovné dni a v neskorších hodinách.

streda | Baby znakovanie

MC SRDIEČKO – NS DRUŽBA | Sedem týždňový kurz pre deti od 6 mesiacov, mama, otec – rozumieme mi, ... komunikácia s bábätkom pomocou znakov.

štvrtok | Mommie's English Club

MC SRDIEČKO | Rozprávame sa po anglicky, neskušame, nehodnotíme, nemáme domáce úlohy, vaše deti sa hrajú pri vás.

4., 7., 11., 14. 4. | 17.00 – 19.00 | Zdobenie medovníkov



ŠVERMOVA 23, SIHOŤ 1 | Kurz zdobenia veľkonočných medovníkov pre dospelých a deti od 10 rokov. Lektorka Janka na kurze prezradí aj tipy a triky ako na správnu cukrovú polevu. Z kurzu si odnesieš aj Jankin recept na medovníky. Prihlasovanie a viac info na www.nebojsaresmesla.sk/kurzy. Alebo volajte na 0918 789 933. Cena 12 €. Na kurz nie sú potrebné predchádzajúce znalosti tejto techniky.

5., 19. 4. | 16.00 – 18.30 |

Večerný ateliér pre dospelých

GMAB | Projekt je určený dospelým, ktorí si chcú oddýchnuť pri tvorivých aktivitách. Pre mnohých návštevníkov je stretnutie s umením v galérii istým druhom relaxu, cibrením ich talentu, či jednoducho aktívnym využitím voľného času. Stretnutia sú situované do podvečerných hodín, kedy si už aj pracujúci môžu nájsť chvíľu na tvorivé dotyky s výtvarným umením. Obsahom stretnutí je základné oboznamovanie sa s jednotlivými výtvarnými technikami, tradičnými i netradičnými výtvarnými materiálmi. Mnohokrát je práca inšpirovaná vystavenými umeleckými dielami, na základe, ktorých sa návštevníci tvorivých stretnutí inšpirujú k novým pohľadom na spracovávané témy. Na podujatie je potrebné sa vopred prihlásiť.

5., 6., 12., 13. 4. | 17.00 – 19.00 |

Voskové kraslice

ŠVERMOVA 23, SIHOŤ 1 | Kurz maľovania veľkonočných kraslic voskovou technikou pre dospelých a ich deti od 10 rokov. Na kurze sa naučíte starodávnu techniku zdobenia horúcim voskom. Budete

■ ZÁPASY

9. 4. | 14.00 | ŠA Trenčín „A“ – Žilina „B“

ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, mini prípravka.

9. 4. | 14.00 | ŠA Trenčín „B“ – Žilina „A“

ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, mini prípravka.

9. 4. | 14.20 | Žilina „B“ – MHÁK Martin

ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, mini prípravka.

9. 4. | 14.20 | Žilina „A“ – THA Martin

ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, mini prípravka.

9. 4. | 14.40 | ŠA Trenčín „A“ – THA Martin

ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, mini prípravka.

9. 4. | 14.40 | ŠA Trenčín „B“ – MHÁK Martin

ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, mini prípravka.

9. 4. | 17.00 | 1. FBC FLORBAL

Trenčín – * v prípade postupu ŠPORTOVÁ HALA | Florbal, muži 1. zápas finále extraligy.

10. 4. | 17.00 | 1. FBC FLORBAL

Trenčín – * v prípade postupu ŠPORTOVÁ HALA | Florbal, muži 2. zápas finále extraligy.

17. 4. | 10.00 | 1. FBC FLORBAL

Trenčín – Púchov ŠPORTOVÁ HALA | Florbal, dorast.

24. 4. | 09.00 | 1. FBC

FLORBAL Trenčín – Partizánske ŠPORTOVÁ HALA | Florbal, staršia prípravka.

24. 4. | 11.50 | 1. FBC FLORBAL

Trenčín – Trenčianske Teplice ŠPORTOVÁ HALA | Florbal, staršia prípravka.

30. 4. | 08.30 – 12.10 | 1. FBC

FLORBAL Trenčín 1. zápas ŠPORTOVÁ HALA | Florbal, mladší žiaci.

30. 4. | 13.30 | HK AS Trenčín

„B“ – ŠA Trenčín ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, staršie žiačky.

30. 4. | 14.30 | HK AS Trenčín

„A“ – Partizánske ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, staršie žiačky.

30. 4. | 15.30 | HK AS Trenčín

„A“ – ŠA Trenčín ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, staršie žiačky.

30. 4. | 16.30 | HK AS Trenčín

„B“ – Partizánske ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, staršie žiačky.

30. 4. | 18.00 | ŠA Trenčín –

Nové Zámky ŠPORTOVÁ HALA | Hádzaná, ženy 2. liga.

pracovať s reálnymi krehkými vyfúknutými vajčkami. Vyskúšate si ozdobiť prírodné, ale aj zafarbené vajčko, ktoré môžete darovať kúpačom, alebo si s nimi vyzdobiť domov. Spoznáte ornamenty, ktoré boli typické pre voskové kraslice po celom Slovensku. Prihlasovanie a viac info na www.nebojsaremesla.sk/kurzy. Alebo volajte na 0918 789 933. Cena 12 €.

8. – 9. 4. | 16.00 – 18.30 | Vyšivka sa nosí – vyšívajú vankúš



ŠVERMOVA 23, SIHOŤ 1 | Kurz vyšívania krivou ihlou pre dospelých a mládež od 15 rokov. Na kurze sa naučíte nielen základy tejto techniky, typickej pre Podpolanie, ale odnesiete si krásny interiérový doplnok, ozdobný vankúš. Na kurze nie sú potrebné prechádzajúce znalosti tejto techniky. Prihlasovanie a viac info na www.nebojsaremesla.sk/vankus. Alebo volajte na 0910 781 151. Cena: 40 €.

ŠPORT

pondelok, streda | 17.30 |

Jumping Interval

LIONFITNESS | Dynamický tréning na profi trampolínkach posilní vaše telo i myseľ. Zvyšuje kondíciu a silu, urýchľuje detoxikáciu organizmu, podporuje redukcii hmotnosti, heztažuje kľby.

To všetko podporené skvelou hudbou a pod vedením certifikovanej inštruktorky. Info: 0917 483 921 – Mgr. Ivana Hudec Strápková, rezervačný systém www.ivkafitaktivity.sk.

pondelok, streda | 17.45 – 18.45

Zumba

KS OPATOVÁ | Tanečná fitness hodina plná energie, skvelej hudby a dobrej nálady, kombinuje latinsko-americké tance spolu s aeróbnymi pohybmi v rytme dynamikkej latinsko-americkej a exotickéj hudby. Info: 0903 949 966, zumba-trencin.sk. Facebook: ZUMBA Peťa Trenčín.

pondelok | 19.00 – 20.00 |

štvrtok | 17.45 – 18.45 | Strong by Zumba

KS OPATOVÁ | Vysokointenzívny silový tréning s váhou vlastného tela v sprievode motivačnej hudby. Info: 0903 949 966, zumba-trencin.sk. Facebook: ZUMBA Peťa Trenčín.

utorok | 8.15 – 9.15 | Joga pre mamičky po pôrode

MC SRDIEČKO – NS DRUŽBA | Joga s Riou Bobotovou v novej pobočke v NS Družba na poschodí.

Vhodné pre mamičky už 6 týždňov po pôrode. Cvičenie je ideálny pohyb s relaxáciou, vaše dieťaťko bude blízko vás.

utorok | 18.00 | Body forming

LIONFITNESS | Spevnenie svalstva, formovanie postavy, spaľovanie kalórií, zlepšenie kondície.

Využívame jednoduché športové náradie a vlastnú váhu. Pod vedením certifikovanej inštruktorky. Info: 0917 483 921 – Mgr. Ivana Hudec Strápková, www.ivkafitaktivity.sk.

streda | 9.30 – 10.30 | Fit mama



MC SRDIEČKO – NS DRUŽBA | Body forming pre maminy, ktoré chcú zostať fit aj na materskej. Uzatvorený kurz 10 tréningov + 1 náhrada. Prihlasovanie a info: 0917 483 921. Viac info na www.ivkafitaktivity.sk.

streda | 17.00 – 17.50 |

Meditácia v pohybe



KERAMOPROJEKT | Beáta Liptáková, MBA – životná koučka, pre Vás pripravila blahodárne lekcie Qi gong.

Energie mesiaca apríl sa nesú v nádychu znovuzrodenia. Prichádza jar a to je čas na čerpanie novej, sviežej energie. Aby sme mohli načerpať novú jarnú energiu potrebujeme pravidelne uvoľňovať emocionálnu, mentálnu a fyzickú toxicitu. Ladnými pohybmi v spojení s dychom si ukážeme, ako na to. Stretávame sa v úžasnej energii v malej skupinke max 10 ľudí. V spoločnom kruhu sú ľudia ako Ty a vieš, že v tejto chvíli nemáš žiadne povinnosti. Uživaš si chvíľu pre seba. Ladíš sa na seba, dýchaš pre seba, odpočívaš, čerpáš energiu každým jedným nádychom a čistíš sa každým jedným výdychom. Za sprievodu tónov a vôní prírody.

Pre viac informácií kontaktujte telefonicke: 0905 393 872, alebo mailom: info@beataliptakova.sk.

streda | 17.00 – 18.15 | Jemné cvičenie s relaxáciou pre ženy každého veku

ELEKTRIČNÁ 11 | Precvičenie celého tela s následným uvoľnením mysle. Facebook: Jemné cvičenie s relaxáciou kontakt : tancepreradost@gmail.com; 0910 196 456.

štvrtok | 17.00 | Kruhový tréning pre ženy

LIONFITNESS | Kruhový tréning na posilnenie celého tela, rozvoj kondície, sily a výbušnosti.

Pri kruhovom tréningu spaľujete kalórie, tvarujete postavu a budujete silu. Pod vedením certifikovanej inštruktorky.

Info: 0917 483 921 – Mgr. Ivana Hudec Strápková, www.ivkafitaktivity.sk.

1. – 30. 4. | Joga s Majdou

RÔZNE MIESTA | Joga v štúdiu Váš guru zdravia – v pondelok od 17.30 do 18.30. Ranná joga v štúdiu Váš guru zdravia – vo štvrtok od 08.00 do 09.00. Ashtanga yoga v Yoga Shala – v piatok od 17.00 do 18.00. Joga v štúdiu Váš guru zdravia – v sobotu od 08.30 do 09.30 hod.

Bližšie informácie nájdete na stránke: <https://www.majdapekna.sk/Aktualne>

Mobil: +421 908 455 859.

TANEC

pondelok | 17.30 – 18.30 |

Párové tance: French Mazurka po novom, Skotiš

NÁMESTIE SV. ANNY 21 | Je potrebné prihlásenie: 0910 196 456. Viac informácií na tancepreradost.wordpress.com, tancepreradost@gmail.com.

utorok | 17.00 – 18.00 | Tance pre radosť

NÁMESTIE SV. ANNY 21 | Kolektívne a kruhové tance sveta so striedaním partnerov (pre všetky vekové skupiny). Je potrebné prihlásenie: 0910 196 456, tancepreradost@gmail.com, www.tancepreradost.wordpress.com. Facebook: Tance pre radosť.

INĚ...

utorok | 10.00 – 12.00 |

Podporná skupina mamičiek v dojčení

MC SRDIEČKO | Podporná skupinka mamičiek v dojčení, vedie laktáčna poradkyňa z OZ Mamiľa, od 10.00 do cca 12.00. Na stretnutí mamičky riešia svoje otázky v oblasti dojčenia, starostlivosti o bábätko. Vítané sú budúce mamičky, ako dôležitá príprava na dojčenie.

streda | 16.00 | Cvičenie pre tehotné

MC SRDIEČKO – NS DRUŽBA | Profylaxia pre tehotnú, cvičenie vedie pôrodná asistentka Zuzana Duncová.

štvrtok | 9.00 – 10.30 |

Podporná skupina nosenia detí MC SRDIEČKO | Poskytujeme poradenstvo

a podporu začínajúcim, aj pokročilým nosiacim rodičom a podľa potreby riešime všetko, čo viac či menej súvisí s nosením detí. Vedie lektorka Zuzana Čížmarová.

21. 4. | Záhradkár 2022



EXPO CENTER | Spoločný Vetrh Záhradkár, Včelár a Drevodomý. 26. ročník záhradkárskoho vetrhu, ktorý sa po 2 rokoch vracia späť na výstavnisko ExpoCenter Trenčín, slávnostne otvorí pán prof. Ivan Hričovský. Budeme mu tak spoločne môcť aj osobne pográtulovať k jeho nádhernému jubileu 90. rokov.

23. 4. | 9.00 – 11.00 | Mama Mix Burza



MC SRDIEČKO – NS DRUŽBA | Samopredaj barefoot obuvi, nosiacich pomôcok, látkových bavlnených systémov, montessori pomôcok.

KONTAKTY	
CENTRUM PRE RODINU	Farská 12, info@cprtrencin.sk , 0903 440 132
FITNESS LION CENTER	Bavlnárska 320/15, lion.fitnesscentrum@gmail.com , 032/640 08 40
GMAB Galéria M. A. Bazovského	Palackého 27, 032/743 68 58, www.gmab.sk
HANGÁR KLUB	areál Merina, vstup od Kukučinovej, produkcia@hangarklub.sk
HOTEL ELIZABETH	M. R. Štefánika 2, 032/650 61 11, www.hotelelizabeth.sk
KAVIAREŇ NA CESTE – KATOV DOM	Matúšova ulica, 0951 257 966
KERAMOPROJEKT	Dolný Šianec 1, 911 01 Trenčín
KIC Kultúrno-informačné centrum	Mierové námestie 9, 032/650 47 09
KLUB LÚČ – GALÉRIA VÁŽKA	Mierové nám. 19, 0915 382 532, info@klubluc.sk , www.klubluc.sk
KDaM TIGRIKY – OC MAX	Gen. M. R. Štefánika 426, 0903 783 724, www.tancujucetigriky.sk
KS OPATOVÁ	Opatovská 96, ksopatova@gmail.com
MC SRDIEČKO	Hviezdoslavova 6, 032/743 04 32, www.mcsrdiecko.sk
MC Srdiečko – NS Družba 1. poschodie	Legiónárska ulica, 0904 909 435, mc@mcsrdiecko.sk
PIANO KLUB	Pod Sokolice 12, 0905 278 785, www.pianoclub.sk
POSÁDKOVÝ KLUB	Hviezdoslavova 16, 0960 333 815, www.domarmady.sk
Trenčianska univerzita	Študentská 2, 032/740 01 11, pr@tuni.sk
TRENČIANSKY HRAD	Matúšova 75/19, 032/743 56 57, www.muzeumtn.sk
TSK Trenčiansky samosprávny kraj	K dolnej stanici 7282/20A, 032/655 53 23
VKMR Verejná knižnica M. Rešetku v Trenčine	Ulice Jaselská a Hasičská 1, www.vkmr.sk , 032/770 83 00
VÝSTAVISKO EXPO CENTER	Pod Sokolice 43, www.expocenter.sk